

SACREMENT DE RÉCONCILIATION POUR LES JEUNES

COMMENT SE PRÉSENTER À LA CONFESSION

1. Pense à tes péchés en faisant un examen de conscience (voir au verso).
2. Commence la confession en disant : « Au nom du Père, du Fils et du Saint Esprit. Bénissez-moi mon Père parce que j'ai péché. Il y a (tant de temps) que je ne me suis pas confessé. Depuis, voici les péchés que j'ai commis... ».

En disant tes péchés,

- Sois précis lorsque tu nommes tes péchés, mais évite les détails superflus et le contexte.
- Si tu n'es pas sûr si quelque chose constitue un péché, vérifie auprès du prêtre.
- Sens-toi à l'aise de demander conseil au prêtre.

3. Ensuite, le prêtre te suggèrera, en guise de réponse à la miséricorde de Dieu, quelque chose ou une prière à faire (qu'on appelle la pénitence).
4. Le prêtre te demandera alors de réciter l'acte de contrition à voix haute (voir la prière ci-dessous) pour démontrer ton regret.
5. Le prêtre étendra la main vers toi et prononcera la prière d'absolution. Tu réponds : « Amen ».
6. Le prêtre dira, « Dieu te pardonne tous tes péchés. Va dans la paix du Christ. » Tu réponds alors, « Rendons grâce à Dieu. »

ACTE DE CONTRITION

Mon Dieu, je regrette de tout mon cœur les péchés que j'ai commis. En faisant ces mauvais choix au lieu de faire les bons, j'ai péché contre toi, toi que je devrais aimer au-dessus de tout. J'ai la ferme intention, avec ton aide, de faire pénitence, de ne plus pécher et d'éviter tout ce qui me mène au péché. Notre Seigneur Jésus Christ a souffert et il est mort pour nous. En son nom, mon Dieu, aie pitié de moi. Amen.



Archdiocese
of Toronto

L'EXAMEN DE CONSCIENCE POUR LES JEUNES

Tu adoreras Dieu seul et tu l'aimeras plus que tout.

Est-ce que les amis et les jeux sont plus importants pour moi que de parler à Dieu ? Est-ce que j'essaie d'être et d'agir comme Jésus et les Saints ?

Tu ne prononceras le nom de Dieu qu'avec respect.

Est-ce que j'utilise le nom de Dieu banalement ? Est-ce que j'utilise le nom de Jésus pour exprimer ma colère ?

Tu sanctifieras le jour du Seigneur.

Suis-je allé à la messe dimanche ? Est-ce que je fais mes prières tous les jours ?

Tu honoreras ton père et ta mère.

Est-ce que j'obéis à mes parents ? Est-ce que j'aide à la maison sans me plaindre et sans que mes parents me le rappellent ? Est-ce que j'ai démontré un manque de respect envers mes enseignants ?

Tu ne tueras pas.

Est-ce que je me fâche trop facilement et réagis d'une manière que je regrette ? Est-ce que j'ai de la rancune envers les autres et j'essaie de me venger ? Est-ce que je suis accueillant envers les autres, y compris ceux qui semblent différents de moi ?

Tu ne commettras pas d'adultère.

Est-ce que je démontre du respect pour mon corps et celui des autres ? Est-ce que je refuse les drogues, les cigarettes et l'alcool ?

Tu ne commettras pas de vol.

Ai-je pris des choses qui ne m'appartiennent pas ? Est-ce que j'utilise mon argent de manière responsable ?

Tu ne porteras pas de faux témoignage contre ton prochain.

M'arrive-t-il de tricher aux jeux ou à l'école ? Ai-je menti ? Est-ce que je raconte des commérages ?

Tu ne convoiteras pas la femme de ton prochain.

Suis-je jaloux des autres, de leurs amis ou de leur position sociale ? Est-ce plus important pour moi d'être populaire que de suivre Dieu ?

Tu ne convoiteras pas le bien de ton prochain.

Suis-je jaloux des biens de mes amis ? Est-ce que je reproche à mes parents de ne pas m'acheter des choses dont je n'ai pas vraiment besoin ? Est-ce que je suis généreux avec mon temps et mes possessions ?

